



2 день

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная ячневая	С	180/4,5	160,80
		Я	150/3,75	134,00
	Бутерброд с сыром	С	20/15/5	108,11
		Я	15/10/5	77,22
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирн. (1вариант)	С	200	93,30
		Я	180	83,90
	Итого: сад	С	415	362,21
	Итого: ясли	Я	355	295,12
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	83,80
		Я	150	62,85
	Каша пшенная рассыпчатая	С	130/4,5	211,25
		Я	110/4,0	178,75
	Тефтели (2 вариант)	С	150	164,00
		Я	130	136,67
	Соус томатный	С	30	22,35
		Я	30	22,35
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	100,66
		Я	150	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	94,00
		Я	30	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	65,25
		Я	30	52,20
	Итого: сад	С	657	627,91
	Итого: ясли	Я	520	472,43
Полдник	Сырники из творога 5% жирн.	С	120	324,70
		Я	100	258,82
	Соус молочный (сладкий)	С	30	30,45
		Я	30	30,45
	Кефир 2,5% жирн.	С	180	85,06
		Я	150	70,89
	Итого: сад	С	330	440,21
	Итого: ясли	Я	280	360,16
	Всего за день: сад	С	1402	1430,33
	Всего за день: ясли	Я	1155	1127,71
Стоимость дня		С	149,82 руб.	
		Я	127,45 руб.	